



Faktor yang Mempengaruhi Bendungan ASI pada Ibu Nifas di RSUD K.R.M.T. Wongsonegoro Semarang

Siti Nafara Kamelia^{1*}, Niken Sukes²

^{1,2} Program Studi Keperawatan, Universitas Widya Husada Semarang, Indonesia

E mail : sitinafara@gmail.com^{1*}, nikensukes2004@gmail.co.id²

Alamat Kampus: Jalan Subali Raya No. 12 Krapyak, Semarang Barat

Korespondensi penulis: sitinafara@gmail.com

Abstract. Breast milk damming is the result of inadequate emptying and delayed milk ejection, which blocks the glands and causes the milk to get dammed. Breast milk dam events are brought on by a build-up of breast milk and inadequate milk ejection, which obstructs the milk ducts and produces breast enlargement. The purpose of this study is to examine the variables that affect postpartum women's breast milk dams. This study's methodology combines a cross-sectional approach with analytical survey research to get quantitative results. Respondents were given a questionnaire form to complete in order to collect data. The research sample used a total sampling of 37 respondent. Total sampling was used to determine sampling. Data were analyzed using Chi-square test with the help of Fisher's exact test and Likelihood ratio. The results of the research in this study showed that all variables influenced breast milk dam by obtaining a p value <0.05. Bivariate analysis on breastfeeding position found $P = 0.012$ which means there is an effect of breastfeeding position on breast milk dam. In breast care, the value of $p=0.001$ was obtained which has an influence on breast milk dam. While the frequency of breastfeeding has an effect on breast milk dam with a value of $p=0.000$. And in knowledge with a value of $p=0.009$ which means it has an influence on breast milk dams. It was concluded that there was an influence of breastfeeding position, breast care, breastfeeding frequency, and knowledge on breast milk dams. The most influential factor on breast milk dam is the breast care variable.

Keywords: Influence, Breast Milk Dams, Postpartum

Abstrak. Bendungan ASI merupakan pembendungan pada ASI yang disebabkan oleh penyumbatan kelenjar akibat pengosongan tidak sempurna dan pengeluaran air susu yang ditunda. Peristiwa bendungan ASI terjadi akibat penumpukan ASI dan pengeluaran ASI kurang lancar yang menimbulkan penyumbatan pada saluran air susu dan mengakibatkan bengkak pada payudara. Penelitian ini mempunyai tujuan yaitu untuk menganalisis faktor yang mempengaruhi bendungan ASI pada ibu nifas. Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif dan desain penelitian yaitu survei analitik melalui pendekatan cross sectional. Pengambilan data dilakukan melalui lembar kuisioner yang diberikan kepada responden. Sampel penelitian yang dipakai total sampling sebanyak 37 responden. Analisis data dengan uji Chi-square dengan bantuan penyelesaian uji Fisher's exact test dan Likelihood ratio. Hasil penelitian seluruh variabel mempengaruhi bendungan ASI dengan didapatkan nilai $p < 0,05$. Analisa bivariat pada posisi menyusui didapati $P = 0,012$ yang bermakna ada pengaruh posisi menyusui pada bendungan ASI. Pada perawatan payudara diperoleh nilai $p=0,001$ dimana hal ini memiliki pengaruh pada bendungan ASI. Sementara pada frekuensi menyusui berpengaruh pada bendungan ASI dengan nilai $p=0,000$. Dan pada pengetahuan dengan nilai $p=0,009$ yang diartikan memiliki pengaruh pada bendungan ASI. Simpulan yang diperoleh terdapat pengaruh posisi menyusui, perawatan payudara, frekuensi menyusui, dan pengetahuan terhadap bendungan ASI. Faktor yang sangat berpengaruh pada bendungan ASI adalah pada variabel perawatan payudara.

Kata kunci: Pengaruh, Bendungan ASI, Nifas

1. LATAR BELAKANG

Masalah yang sering terjadi pada ibu nifas yaitu terkait masalah *breastfeeding* (menyusui). Masalah *breastfeeding* yang sering terjadi pada ibu nifas yaitu ASI kurang lancar atau ASI tidak keluar. Penyebab masalah *breastfeeding* adalah bendungan ASI,

teknik menyusui kurang tepat, puting tidak menonjol, payudara bengkak dan lecet (Fiorent et al., 2021). Masalah *breastfeeding* yang sering terjadi pada masa nifas adalah bendungan ASI. Bendungan ASI disebabkan adanya pengosongan kelenjar yang kurang sempurna. Dampak yang dirasakan yaitu payudara terasa nyeri dan bengkak. Pencegahan seharusnya dilakukan dengan perawatan payudara selama hamil agar terhindar dari permasalahan dalam menyusui (Sukma & Revinel, 2020).

Masa nifas adalah masa yang sangat rentan menyebabkan angka kesakitan bahkan kematian pada ibu. Permasalahan yang sering terjadi dialami pada ibu nifas yaitu pada saat proses menyusui. Permasalahan yang sering terjadi yaitu kejadian bendungan air susu atau payudara mengalami pembengkakan dan terasa nyeri (Oktarida, 2021). Masa nifas adalah masa pemulihan organ reproduksi pasca persalinan, tenaga kesehatan memiliki peran penting dalam pemantauan misalnya memberikan informasi terkait teknik menyusui yang benar. Dalam masa nifas seorang ibu sering terjadi masalah dalam menyusui seperti terjadinya bendungan ASI yang mempunyai dampak pada pemberian ASI. Kurangnya pengetahuan ibu dalam menyusui menjadi pemicu terjadinya bendungan ASI (Nurulicha, 2019).

Pemberian ASI terhadap bayi adalah suatu cara yang dapat mencegah kematian serta masalah penumpukan ASI, air susu yang jarang dikeluarkan menyebabkan bendungan ASI, saluran air susu yang tersumbat akan menimbulkan pembengkakan payudara (Oriza, 2019). Bendungan ASI merupakan pembendungan pada ASI akibat pengosongan tidak sempurna yang mengakibatkan penyumbatan kelenjar atau puting susu terdapat kelainan. Bendungan ASI membuat payudara menjadi bengkak karena adanya limfa atau meningkatnya aliran vena yang mengakibatkan rasa sakit dan suhu badan naik (Yuliana & Nul Hakim, 2020). Bendungan ASI menyebabkan penumpukan ASI dan mengalami pembengkakan pada payudara yang menyebabkan seorang ibu mengalami penundaan dalam pemberian ASI dan berdampak pada psikologis ibu karena seorang ibu menganggap tidak berguna dan tidak mampu menyusui bayinya (Marlinda et al., 2021).

Berdasarkan data ASEAN tahun 2019 didapatkan data sebanyak 107.654 ibu nifas, ibu nifas yang mengalami bendungan ASI pada tahun 2019 yaitu 66,87% (95.698) ibu nifas, sedangkan ibu nifas yang mengalami bendungan ASI tahun 2020 yaitu 71,10% (76.543) ibu nifas (Kemenkes RI, 2020). Berdasarkan penelitian Badan Penelitian dan

Pengembangan Kesehatan RI tahun 2021 menyatakan di Indonesia merupakan kejadian bendungan ASI sebanyak 16% pada ibu bekerja dari ibu yang menyusui (Korini et al., 2023).

Meningkatnya bendungan ASI dapat mempengaruhi masa nifas dikarenakan dalam pemberian ASI kepada bayi mengalami ketidakberhasilan. Penyebab ketidakberhasilan tercapainya pemberian ASI secara eksklusif adalah tidak adanya hubungan baik dengan bayi, adanya waktu menyusui yang dibatasi yang menyebabkan payudara terasa keras dan nyeri, menyusui bayi terlambat dan bayi mendapat ASI yang kurang (Kariny et al., 2023). Kejadian bendungan ASI dipengaruhi karena air susu yang keluar kurang lancar akibat bayi jarang menyusu, jika hal ini dibiarkan akan menyebabkan penyumbatan duktus lakteferi akibat pengosongan yang kurang sempurna (Jamaruddin et al., 2022).

Peristiwa bendungan ASI dipengaruhi terbenamnya puting susu, kurangnya perawatan payudara, kurangnya hisapan dari bayi, teknik menyusui yang salah, posisi menyusui salah, frekuensi menyusui yang kurang. Faktor pengaruh diatas apabila dilakukan secara terus-menerus akan menyebabkan mastitis. Posisi pelekatan dengan benar adalah salah satu pendukung keberhasilan bayi dalam menyusu. Apabila payudara mengalami perlukaan, itu berarti posisi pelekatan bayi dalam menyusu kurang tepat (Husna et al., 2024).

Berdasarkan survey yang dilakukan peneliti yaitu dengan melakukan wawancara 10 responden pada ibu postpartum. Hasil wawancara yang dilakukan yaitu terdapat 5 responden yang mengatakan mengalami payudara nyeri serta bengkak akibat posisi menyusui yang salah yang mengakibatkan bayi kurang nyaman dan kesulitan dalam menyusu dan menimbulkan puting susu lecet pada akhirnya ibu dan bayi enggan menyusu dan terjadilah penumpukan pada ASI. dan ada 2 responden yang mengatakan menyusui dengan cara dijadwal hal ini dikarenakan adanya seorang ibu yang sibuk dalam bekerja sehingga ASI terjadi penumpukan karena tidak dilakukan penghisapan pada bayi. Dan ada 3 juga responden yang mengatakan mengalami lecet pada puting susu karena kurangnya perawatan payudara yang mengakibatkan ASI tidak keluar lancar sehingga bayinya tidak menyusu pada akhirnya ibu mengganti dengan susu formula. Dari hasil survei peneliti yang didapatkan melalui wawancara, maka peneliti tertarik untuk menganalisis faktor yang mempengaruhi bendungan ASI pada ibu nifas.

2. KAJIAN TEORITIS

2.1 Definisi Masa Nifas

Masa nifas berasal dari bahasa latin “puer” yang berarti bayi, dan “poros” yang berarti melahirkan. Masa nifas yaitu masa yang dilewati oleh seorang ibu dimulai setelah melahirkan bayi dan plasenta dan berakhir sampai 6 minggu sesudah melahirkan. Tahapan masa nifas ada 3, yang pertama immediate postpartum (terjadi dalam 24 jam pasca persalinan), tahapan kedua early postpartum (tahapan setelah 24 jam pasca persalinan sampai akhir minggu pertama masa nifas), tahapan ketiga late postpartum (terjadi pada minggu kedua hingga minggu keenam pasca persalinan (Fitri et al., 2023). Masa nifas merupakan masa sesudah lahirnya atau keluarnya plasenta dan proses akhir apabila alat kandungan kembali seperti awalnya dan ini berlangsung kurang lebih 42 hari (6 minggu). Selama proses tersebut seorang ibu banyak mengalami beberapa perubahan fisik (Sophia Immanuela Victoria & Juli Selvi Yanti, 2021).

2.2 Definisi Bendungan ASI

Bendungan ASI adalah Bendungan ASI merupakan bendungan yang terjadi pada kelenjar payudara dikarenakan ekspansi dan adanya tekanan pada penampungan maupun produksi ASI. Bendungan ASI terjadi disebabkan oleh ASI yang tidak disusu dengan adekuat, pada akhirnya sisa ASI terkumpul pada duktus yang dapat mengakibatkan bendungan ASI. Pembuluh payudara dan limfa akan menyebabkan peningkatan tekanan intraduktal, akibatnya payudara sering merasakan penuh, merasa nyeri, dan penurunan ASI. Selain itu, puting yang kurang bersih dapat mengakibatkan sumbatan pada duktus (Purnama Intan, 2021).

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan desain penelitian ini yaitu survei analitik melalui pendekatan cross sectional. Penelitian ini diambil 37 responden dengan sampel yang dipakai adalah total sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan lembar kuisisioner, dan didapatkan dari hasil pengamatan dan wawancara. Instrumen penelitian yang digunakan berupa lembar kuesioner berupa identitas responden, pertanyaan mengenai posisi menyusui, perawatan payudara, frekuensi menyusui, dan pengetahuan. Metode pengolahan data pada penelitian melalui hasil dari responden untuk diproses data *excel* kemudian di olah menggunakan SPSS. Analisa data yang digunakan yaitu uji *Chi-square* dengan bantuan penyelesaian uji *Fisher's exact test* pada variabel posisi menyusui,

perawatan payudara dan frekuensi menyusui. Sedangkan pada variabel pengetahuan menggunakan uji *Chi-square* dengan bantuan penyelesaian Likelihood ratio. Penelitian dilaksanakan di RSUD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang didapatkan ethical clearance dengan No. 035/Kom.EtikRSWN/V/2024.

Hasil kuesioner untuk pengetahuan sudah dilakukan uji validitas dan uji reabilitas. Uji validitas didapatkan menggunakan bantuan SPSS yaitu $\text{Sig}(2\text{-tailed}) < \text{Total X Pearson Correlation}$. Pada item X ke-5 dikatakan signifikan terhadap taraf 0,05 dan item lainnya signifikan terhadap taraf 0,01 yang memiliki arti keseluruhan item kuisisioner dikatakan valid. Sedangkan hasil uji reliabilitas yang dilakukan dengan SPSS menunjukkan bahwa semua item kuisisioner pengetahuan adalah reliabel, dengan nilai *alfa Cronbach*=0,944 lebih besar dari nilai r tabel 0,444 (5%) atau $r=0,561$ (1%).

Hasil uji kuesioner perawatan payudara yang sudah dilakukan uji validitas dan uji reabilitas. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa kuesioner yang valid (r hitung $> 0,632$). Jumlah soal adalah 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10. Hasil dari 10 pertanyaan dalam kuesioner yang valid atau dapat digunakan dalam penelitian. Selain itu, uji reliabilitas dilakukan dengan hasil nilai *Spearman Brown* 0,903, yang menunjukkan bahwa kuesioner tersebut dapat diandalkan dan dapat dipercaya.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil

1) Identitas Responden

Tabel 1 Identitas Responden

Identitas Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Umur		
< 25 Tahun	12	32,4
25 – 30 Tahun	17	45,9
> 30 Tahun	8	21,6
Pendidikan		
Perguruan Tinggi	7	18,9
SD	1	2,7
SMA	17	45,9
SMP	12	32,4
Status Pekerjaan		
Tidak Bekerja	20	54,1
Bekerja	17	45,9

Penelitian ini dapat dianalisa terdapat 37 responden, hasil identitas responden terhadap umur disimpulkan berjumlah 12 responden (32,4%) pada responden berumur <25 tahun,

berjumlah 17 responden (45,9%) berumur 25 sampai 30 tahun, dan terdapat 8 responden (21,6%) yang memiliki umur >30 tahun. Berdasarkan hasil identitas responden terhadap pendidikan disimpulkan terdapat 1 responden (2,7%) merupakan Pendidikan SD, 12 responden (32,4%) merupakan pendidikan SMP, 17 responden (45,9%) dengan pendidikan terakhir SMA, dan perguruan tinggi terdapat 7 responden (18,9%). Hasil identitas responden terhadap status pekerjaan diatas, menunjukkan terdapat 20 responden (54,1%) merupakan responden tidak bekerja dan terdapat 17 responden (45,9%) termasuk responden bekerja.

2) Analisis Univariat

Tabel 2 Analisis Univariat

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Bendungan ASI		
Mengalami	29	78,4
Tidak mengalami	8	21,6
Posisi Menyusui		
Salah	21	56,8
Benar	16	43,2
Perawatan Payudara		
Salah	28	75,7
Benar	9	24,3
Frekuensi Menyusui		
Baik	15	40,5
Kurang	22	59,5
Pengetahuan		
Kurang	13	35,1
Cukup	12	32,4
Baik	12	32,4

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan peneliti terdapat 37 responden, terdapat 29 ibu nifas (78,4%) yang terjadi bendungan ASI dan yang tidak terjadi bendungan ASI 8 ibu nifas (21,6%). terdapat 21 responden (56,8%) dengan posisi menyusui salah dan 16 responden (43,2%) dengan posisi menyusui benar. Responden dengan perawatan payudara salah yaitu 28 orang (75,7%), sementara responden dengan perawatan payudara benar yaitu 9 orang (24,3%). Sebanyak 15 responden (40,5%) dengan frekuensi menyusui baik, sementara 22 responden (59,5%) dengan frekuensi menyusui kurang. Dan pada responden yang mempunyai pengetahuan kurang yaitu 13 responden (35,1%), 12 responden (32,4%) mempunyai pengetahuan cukup dan 12 responden (32,4%) mempunyai pengetahuan baik.

3) Analisis Bivariat

Tabel 3 Analisis Bivariat

Variabel	Bendungan ASI				Total		P-Value
	Mengalami		Tidak mengalami		n	%	
	N	%	n	%			
Posisi menyusui							
Salah	20	54,1	1	2,7	21	56,8	0,012
Benar	9	24,3	7	18,9	16	43,2	
Perawatan payudara							
Salah	26	70,3	2	5,4	28	75,7	0,001
Benar	3	8,1	6	16,2	9	24,3	
Frekuensi menyusui							
Baik	7	18,9	8	21,6	15	40,5	0,000
Kurang	22	59,5	0	0,0	22	59,5	
Pengetahuan							
Kurang	13	35,1	0	0,0	13	35,1	0,004
Cukup	10	27,0	2	5,4	12	32,4	
Baik	6	16,2	6	16,2	12	32,4	

Data statistik yang disajikan pada tabel di atas, diperoleh 20 ibu nifas dengan posisi menyusui salah 20 orang (54,1%) terjadi bendungan pada ASI dan 1 orang (2,7%) tidak terjadi bendungan ASI. Sementara pada responden posisi menyusui benar 9 orang (24,3%) terjadi bendungan ASI dan 7 orang (18,9%) tidak terjadi. Pada perawatan payudara didapatkan data 28 responden (75,7%) melakukan perawatan payudara salah terdapat 26 responden (70,3%) mengalami bendungan ASI dan 2 responden (5,4%) tidak mengalami. Sementara, responden yang merawat payudara dengan benar terdapat 3 responden (8,1%) mengalami bendungan ASI dan 6 responden (16,2%) tidak mengalami. Didapatkan data 22 responden (59,5%) dengan frekuensi kurang dan terjadi bendungan ASI. Frekuensi menyusui baik 7 responden (18,9%) terjadi bendungan ASI dan 8 responden (21,6%) tidak terjadi. Dan pengetahuan terhadap bendungan ASI terdapat 13 responden (35,1%) berpengetahuan kurang dan terjadi bendungan ASI, terdapat 10 (27,0%) responden berpengetahuan cukup terjadi bendungan ASI dan 2 responden (5,4%) tidak terjadi. Pada ibu nifas yang memiliki pengetahuan baik 6 responden (16,2%) terjadi bendungan ASI dan 6 responden (16,2%) tidak terjadi .

Uji statistik pada uji *chi-square* dengan bantuan penyelesaian uji *Fisher's exact test* pada posisi menyusui didapati $P = 0,012$ yang bermakna ada pengaruh posisi menyusui pada bendungan ASI. Pada perawatan payudara diperoleh nilai $p=0,001$ dimana hal ini memiliki pengaruh pada bendungan ASI. Sementara pada frekuensi menyusui

berpengaruh pada bendungan ASI dengan nilai $p=0,000$. Dan pada pengetahuan dengan nilai $p=0,009$ yang diartikan memiliki pengaruh pada bendungan ASI.

4.2 Pembahasan

4) Hubungan Posisi Menyusui pada Bendungan ASI

Hasil penelitian ini didapatkan dari analisis statistik menggunakan uji *Fisher's exact test* memperoleh nilai $p=0,012$ atau p adalah $< 0,05$ yang dapat diartikan posisi menyusui memiliki pengaruh pada bendungan ASI pada Ibu nifas. Pada hasil analisis didapatkan nilai *Odds Ratio* 15,6 kali yang artinya bahwa kemungkinan responden yang melakukan posisi menyusui salah berpeluang besar 15,6 kali dalam mengalami bendungan ASI.

Posisi dalam menyusui yang dilakukan dengan salah dapat membuat puting menjadi lecet dan bayi merasa tidak nyaman karena bayi kesulitan dalam mencari puting dan areola sehingga hisapan bayipun kurang. Perlekatan yang kurang tepat dalam menyusui juga dapat mengakibatkan masalah yaitu terjadinya kelecetan terhadap puting dan perlukaan yang menyebabkan bayi enggan menyusu pada akhirnya payudara ibu mengalami penumpukan pada ASI. Perlukaan pada payudara inilah yang membuat ibu malas dalam memberikan ASI pada bayi dan terjadilah proses menyusui yang kurang optimal (Rini et al., 2023). Penelitian ini sejalan pada penelitian Sarlis (2020) bahwa terdapat pengaruh antara posisi menyusui terhadap bendungan ASI. Posisi menyusui jika dilakukan dengan benar akan membuat bayi nyaman dalam menyusu dan dalam pengeluaran ASI bisa dengan stabil. Posisi menyusui yang salah menimbulkan lecet dan luka bahkan membuat ibu stress akibat ibu merasa cemas dan menganggap kurang mampu dalam menyusui bayi. Proses menyusui yang dilakukan dengan benar dan rileks dapat memperlancar keluarnya ASI dan memudahkan bayi dalam penghisapan, hal tersebut dapat mencegah terjadinya penumpukan ASI (Sarlis, 2020).

Peneliti berasumsi bahwa posisi menyusui yang salah dapat membuat penumpukan ASI. Posisi menyusui salah berisiko lebih besar terhadap terjadinya bendungan ASI yang menyebabkan bayi kesulitan dalam mencari areola serta puting sehingga bayi kurang nyaman dan hisapan bayipun menjadi kurang. Posisi menyusui yang benar memudahkan bayi dalam mencari puting dan memberikan kenyamanan bayi dalam menghisap ASI. posisi menyusui dengan benar dapat menghasilkan rangsangan pengeluaran ASI dengan baik sehingga membuat ASI keluar dengan lancar, sehingga pengosongan pada mammae menjadi sempurna dan tidak dapat menyebabkan bendungan ASI. Posisi menyusui salah juga menyebabkan lecet pada puting sehingga membuat ibu enggan menyusui sehingga

berpengaruh dalam produksi air susu dan menimbulkan penumpukan ASI serta pembengkakan payudara. Perlekatan yang kurang tepat dalam menyusui juga dapat mengakibatkan masalah yaitu terjadinya kelecetan terhadap puting dan perlukaan yang menyebabkan bayi enggan menyusui pada akhirnya payudara ibu mengalami penumpukan pada ASI. Perlukaan pada payudara inilah yang membuat ibu malas dalam memberikan ASI pada bayi dan terjadilah proses menyusui yang kurang optimal. Proses menyusui dapat dilakukan dengan rileks agar mengeluarkan ASI dengan lancar dan mudah dihisap oleh bayi.

Dalam penelitian ini masih ada ibu menyusui dengan posisi salah tetapi tidak terjadi pembendungan ASI, dikarenakan pelaksanaan yang dilakukan ibu dalam menyusui adalah dengan rileks. Menyusui dengan keadaan rileks bisa memberikan kelancaran dalam pengeluaran ASI dan mudah dihisap oleh bayi. Akan tetapi, ibu harus tetap menyusui bayi dengan posisi yang benar agar dapat menghindari kejadian bendungan ASI.

5) Hubungan Perawatan Payudara pada Bendungan ASI

Nilai statistika ini didapatkan dari data statistik menggunakan uji *Fisher's exact test* memperoleh hasil $p=0,001$ atau $p < 0,05$ yang dapat berarti perawatan payudara berpengaruh pada kejadian bendungan ASI. Pada hasil uji didapatkan nilai *Odds Ratio* 26,0 yang artinya responden yang melakukan perawatan payudara salah berpeluang lebih besar 26,0 terhadap bendungan ASI.

Perawatan payudara berfungsi untuk memperlancar peredaran darah dan pencegahan terjadinya sumbatan aliran produksi ASI yang bermanfaat dalam pengeluaran ASI secara lancar. Kurangnya dalam merawat payudara menyebabkan bendungan ASI dikarenakan ASI yang keluar kurang lancar sehingga terjadi penumpukan ASI dan penyumbatan pada saluran susu. Pembendungan ASI dapat dicegah dengan upaya merawat payudara (breast care). Rangsangan pada dalam merawat payudara melalui pemijatan dapat membuat hormon prolaktin terangsang serta oksitosin yang membuat bayi terbantu dalam memperoleh air susu (Ria, 2021). Payudara yang mengalami peningkatan aliran limfe pada saat persiapan menyusui dinamakan bendungan ASI. Hal tersebut terjadi karena pembendungan yang berlebih pada limfa dan saluran vena sebelum menyusui. Penggunaan bra ketat juga mempengaruhi akibat puting susu yang tidak dijaga kebersihan yang menyebabkan tersumbatnya duktus. Pencegahan yang dapat dilakukan pada permasalahan tersebut adalah merawat payudara. Merawat payudara dilakukan pada saat nifas atau menyusui yang bertujuan untuk memperlancar pengeluaran air susu agar tidak

menyebabkan penyumbatan yang berakibat bendungan ASI (Naharani & Wahyuningsih, 2023).

Penelitian ini sesuai dengan penelitian Diana et al (2023) menunjukkan perawatan payudara berpengaruh pada bendungan ASI. perawatan payudara memiliki manfaat dalam memperlancar reflek keluarnya air susu, sehingga bendungan ASI tidak terjadi (Diana et al., 2023). Perawatan payudara juga berfungsi dalam menjaga kebersihan agar terhindar dari infeksi, sebagai pelentur puting susu agar bayi mudah dalam menyusui, dan pemicu kelenjar ASI agar produksi air susu banyak. Di samping perawatan payudara, seorang ibu dapat melakukan pijat payudara, memutar puting susu (*nipple rotation*), dan mengeluarkan ASI dengan normal (*maternal miking*). Melakukan pemijatan dan pemerahan ASI berfungsi meningkatkan aliran air susu dan saluran yang mengalami penyumbatan akan membuat lancar (Rasyad & Hadijah, 2022).

Peneliti berasumsi bahwa pencegahan bendungan ASI dilakukan dengan merawat payudara secara benar dengan pelaksanaan rutin. Hal tersebut, membuat payudara bersih terkhusus pada areolla. Selain itu, perawatan payudara bisa membuat produksi ASI meningkat dengan melakukan perangsangan kelenjar-kelenjar ASI menggunakan teknik pemijatan supaya ASI dapat keluar secara lancar dan tidak mengakibatkan penumpukan ASI.

6) Hubungan Frekuensi Menyusui pada Bendungan ASI

Nilai statistika ini didapatkan dari uji statistik menggunakan uji *Fisher's exact test* memperoleh nilai $p=0,000$ atau $p < 0,05$ menunjukkan bahwa frekuensi menyusui berpengaruh pada bendungan ASI. Pada uji statistik diperoleh nilai *Odds Ratio* 2,1 yang artinya peluang lebih besar 2,1 terhadap bendungan ASI apabila menyusui dengan frekuensi sedikit/kurang.

Frekuensi menyusui adalah suatu bentuk dalam memproduksi ASI yang dilakukan secara ideal 8 sampai 12 kali dalam sehari. Pemberian frekuensi ASI secara ideal dapat membuat produksi ASI lancar dan ASI yang dikeluarkan banyak. Seharusnya frekuensi dan waktu menyusui tidak dijadwal atau sesuai permintaan bayi sendiri. Pembengkakan payudara dapat dicegah dengan memberikan ASI tanpa diberi batasan dan pengosongan pada 1 payudara sekitar 4 sampai 7 menit (Yulianto et al., 2022). Frekuensi dalam pemberian air susu memiliki rentang yang baik yaitu sekitar 8 sampai 12 kali dalam sehari. Tetapi seharusnya dalam menyusui bayi sesuai kebutuhan (on demand), karena bayi menyusu berdasarkan kebutuhan sendiri. Apabila ibu kurang dalam memberikan air susu

dengan jumlah frekuensi sedikit maka akan terjadi bendungan ASI. Hal ini dikarenakan adanya produksi pada ASI di payudara meningkat karena tidak dihisap sehingga menyebabkan penumpukan ASI (Indrayani & Setiyani, 2022).

Penelitian ini sesuai dengan penelitian Pemiliana et al (2023) terdapat pengaruh antara frekuensi menyusui terhadap bendungan ASI. Di dalam penelitian ini menjelaskan ibu yang menyusui dengan cara dijadwal atau dengan frekuensi yang kurang mengalami kejadian bendungan ASI, hal ini dikarenakan adanya produksi air susu yang berlebihan. Bendungan ASI dapat terjadi pada saat produksi air susu meningkat dan apabila tidak dikeluarkan akan menyebabkan bendungan ASI. Jika air susu yang diproduksi melebihi yang dibutuhkan bayi ibu harus segera mengeluarkan ASI atau dengan memompa air susu (Pemiliana et al., 2023).

Menurut asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian memiliki pengaruh frekuensi menyusui terhadap bendungan ASI. ASI harus diberikan kepada bayi secara *on-demand* (kebutuhan bayi/tanpa dijadwal) atau sedikitnya 12 kali sehari. Hal ini memiliki risiko lebih kecil terhadap kejadian bendungan ASI. Hal ini berpengaruh dengan bendungan ASI dikarenakan adanya penumpukan ASI yang tidak dilakukan penghisapan oleh bayi. Namun dalam penelitian ini ada yang memberikan frekuensi menyusui >12 kali setiap hari dan masih mengalami bendungan ASI, dikarenakan pada faktor lama menyusui atau durasi. Terkadang ada ibu yang menyusui belum sampai habis atau masih ada sisa, pengosongan ASI yang kurang sempurna inilah yang berpengaruh terhadap pembengkakan payudara. Ada juga ibu yang memberikan ASI >12 kali sehari namun ibu menerapkan jadwal waktu menyusui karena kesibukan ibu dan pada akhirnya menyebabkan terjadinya penumpukan ASI pada payudara. Menyusui yang dijadwalkan dapat berdampak buruk, karena mengakibatkan hisapan bayi kurang aktif dalam merangsang produksi ASI sehingga menyebabkan penumpukan ASI dan payudara menjadi bengkak karena terdapat bendungan ASI.

7) Hubungan Pengetahuan pada Bendungan ASI

Nilai yang didapatkan dari statistik menggunakan uji *chi-square* dengan bantuan penyelesaian *Likelihood ratio* memperoleh nilai $p=0,004$ atau $p < 0,05$ yang diartikan adanya pengaruh pengetahuan terhadap bendungan ASI.

Pengetahuan adalah konsep manusia dalam bertindak dan hasil dari mengetahui setelah melakukan suatu objek melalui penginderaan. Dalam penelitian ini sejalan berdasarkan teori yang disampaikan oleh bloom yaitu pengetahuan mempengaruhi perilaku

seseorang. Hal ini berasal dari seseorang mengetahui dari hal-hal yang sudah terjadi melalui suatu indra. Pengambilan keputusan dan penentuan tindakan membutuhkan suatu pengetahuan (Rahmarianti et al., 2021). Pengetahuan yang baik dipengaruhi oleh umur, pola pikir dan pengalaman yang sempurna didapatkan pada seseorang yang mempunyai umur cukup. Umur mempengaruhi daya tangkap yang membuat pengetahuan seseorang menjadi baik dalam mencerna objek (Sumaifa & Risnawati, 2023).

Penelitian ini sesuai dengan penelitian Kusuma Wardani & Yolanda Umar (2023) menunjukkan pengetahuan memiliki pengaruh pada bendungan ASI. Ibu nifas yang memiliki pengetahuan baik dapat mencegah pembendungan ASI, dikarenakan ibu yang memiliki pengetahuan baik bisa melakukan banyak cara yang dapat terhindar dari bendungan ASI. Pada penelitian ini dijelaskan ibu yang memiliki pengetahuan kurang disebabkan ketidaktahuan ibu tentang bagaimana teknik menyusui dengan benar yang menimbulkan puting menjadi lecet dan ibu enggan menyusui (Kusuma Wardani & Yolanda Umar, 2023).

Menurut asumsi peneliti semakin tinggi tingkat pengetahuan yang dimiliki ibu terkait ASI maka dapat menjadi dorongan serta berpengaruh pada pola pikir dan sikap dalam memunculkan hal positif untuk menghindari bendungan ASI. Pada penelitian ini terdapat ibu yang memiliki pengetahuan kurang terkait teknik menyusui dengan benar, perawatan payudara dan pemberian ASI pada bayi, dikarenakan kurangnya informasi yang didapat. Pengetahuan seorang ibu bisa ditingkatkan dengan penyuluhan yang diberikan tenaga kesehatan agar terhindar terjadinya bendungan ASI. Semakin tinggi pendidikan yang dimiliki semakin banyak informasi yang diketahui, berwawasan luas, dan pola pikir serta daya tangkap jauh lebih baik sehingga berpeluang dalam mengetahui informasi mengenai bendungan ASI dan cara pencegahan bendungan ASI.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Pada penelitian ini dapat disimpulkan terdapat pengaruh posisi menyusui didapatkan nilai $P=0,012$, perawatan payudara didapatkan nilai $p=0,001$, frekuensi menyusui didapatkan $p=0,000$ dan tingkat pengetahuan didapatkan $p=0,004$. Berdasarkan hasil data, peneliti menyimpulkan bahwa kejadian bendungan ASI dipengaruhi oleh posisi menyusui, perawatan payudara, frekuensi menyusui, dan pengetahuan. Peneliti menyarankan kepada pelayanan kesehatan untuk mengajarkan ibu nifas posisi menyusui dengan benar dan memberikan penjelasan kepada ibu supaya memberikan ASI setelah melahirkan dalam upaya pencegahan bendungan ASI. Dalam penelitian ini dapat digunakan untuk masukan

dalam sumber referensi dan evaluasi terkait keperawatan maternitas dalam bentuk pencegahan bendungan ASI pada ibu nifas.

DAFTAR REFERENSI

- Diana, A. S., Amalia, K. R., & Novita, N. H. (2023). Hubungan perawatan payudara dengan bendungan ASI pada ibu menyusui di wilayah UPTD Puskesmas Jeulingke Kecamatan Syiah Kuala Kota Banda Aceh. *Aceh Medika*, 7(1), 39–44. <http://jurnal.abulyatama.ac.id/index.php/acehmedika>
- Fiorent, Z., Herawaty Purba, N., & Hartini Janet Laga, F. (2021). Implementasi asuhan kebidanan pada ibu post partum dengan masalah menyusui. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(4), 291–301. <https://doi.org/10.31004/jkt.v2i4.3186>
- Fitri, E., Andriyani, R., & Megasari, M. (2023). Menggunakan ABPK di PMB Ernita Kota Pekanbaru tahun 2022. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 2, 1–6.
- Husna, N., Afriana, & Maulindawati. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan pengetahuan ibu terhadap bendungan ASI pada ibu menyusui di wilayah Puskesmas Lhoknga Kecamatan Lhoknga Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal Obstetri dan Bayi*, 16(2). <https://doi.org/10.36089/job.v16i2.2257>
- Indrayani, T., & Setiyani, C. (2022). Analisis faktor yang berhubungan dengan bendungan air susu ibu. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(1), 91–100. <https://doi.org/10.32583/pskm.v13i1.660>
- Jamaruddin, N. R. A., Taherong, F., & Syatirah. (2022). Manajemen asuhan kebidanan berkelanjutan post natal pada Ny. "W" dengan bendungan ASI hari ketiga sampai 31 hari masa nifas. *Jurnal Midwifery*, 4(2), 32–41. <https://doi.org/10.24252/jmw.v4i2.29549>
- Kariny, E. J. A., Rahayu, E., & Purwanggi, A. (2023). Hubungan posisi menyusui dengan terjadinya bendungan ASI pada ibu menyusui. *Jurnal Kesehatan Wira Buana*, 13(7), 1–8. <https://doi.org/10.55919/jk.v13i7.110>
- Kemendes RI. (2020). *Profil kesehatan Indonesia 2019*. <https://www.kemkes.go.id/id/category-download/profil-kesehatan>
- Korini, R. S., Yulizar, C., Ciselina, D., & Chairuna. (2023). Hubungan primipara, kelainan putting susu dan pekerjaan dengan terjadinya bendungan ASI pada ibu menyusui di UPTD Puskesmas Ulak Pandan Kecamatan Semidang Aji Kabupaten Ogan Komering Ulu tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(1), 568–574. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i1.3012>
- Kusuma Wardani, P., & Yolanda Umar, M. (2023). Hubungan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dan teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI di PMB Martini Bandar Lampung. *Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH)*, 4(2), 193–202. <https://doi.org/10.30604/jaman.v4i2.1275>
- Marlinda, E., Yusanti, L., & Purnama, Y. (2021). Pemberian edukasi dan pendampingan persiapan laktasi pada Ny. "Y" G2P1A0 di PMB Satiarmi Kota Bengkulu. *Journal of Midwifery*, 9(1), 24–31. <https://doi.org/10.37676/jm.v9i1.1344>
- Naharani, A. R., & Wahyuningsih, R. F. (2023). Edukasi perawatan payudara pada ibu nifas dan menyusui di Desa Bengle Kecamatan Talang. *Jurnal Suara Pengabdian* 45, 2(3), 43–48. <https://doi.org/10.56444/pengabdian45.v2i3.1021>

- Nurulicha. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan terjadinya bendungan ASI pada ibu nifas. *Kesehatan Kebidanan Kebidanan*, 8(1). <https://doi.org/10.37063/ak.v1i3.16>
- Oktarida, Y. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan bendungan ASI pada ibu nifas di praktik bidan mandiri. *Lentera Perawat*, 2(1), 17–24. <https://doi.org/10.52235/lp.v2i1.157>
- Oriza, N. (2019). Faktor yang mempengaruhi bendungan ASI pada ibu nifas. *Nursing Arts*, 13(1), 29–40. <https://doi.org/10.36741/jna.v13i1.86>
- Pemiliana, P. D., Rambe, K. S., Purwana, R., Novianti, W., & Harahap, M. C. (2023). The relationship between breastfeeding frequency and breast milk supply techniques in postpartum mothers at Alisha Clinic Medan Putri. *Journal of Pharmaceutical and Sciences*, 1(1), 225–233. <https://doi.org/10.36490/journal-jps.com.v6i5-si.408>
- Purnama, I. (2021). *Asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan bendungan ASI di PMB Sahara Kota Padangsidempuan* [Skripsi]. <https://repository.unar.ac.id/jspui/bitstream/123456789/880/1/OKLTA%20INTAN.pdf>
- Rahmarianti, G., Crismonica, E., & Veronica, N. (2021). The relationship between postpartum women's level of knowledge and breast care behaviour in preventing breast milk dams in the Masat Community Health Centre (Puskesmas) district's working area. *Jurnal Saintifik (Multi Science Journal)*, 19(3), 133–138. <https://doi.org/10.58222/js.v19i3.134>
- Rasyad, J., & Hadijah, S. (2022). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu menyusui tentang bendungan ASI di PMB Hj. Mariani Kota Makassar tahun 2021. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 1(1), 77–87. <https://doi.org/10.55606/jurrikes.v1i1.294>
- Ria, G. (2021). Perawatan payudara untuk mencegah bendungan ASI pada ibu post partum. *Midwifery Care Journal*, 2(1), 9–14. <https://doi.org/10.31983/micajo.v2i1.6653>
- Rini, A. S., Artiningsih, D., Santi, A., & Ginting, B. (2023). Hubungan peran bidan, posisi menyusui, kondisi puting dengan kejadian bendungan ASI ibu post partum. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 21–26. <https://doi.org/10.52317/ehj.v8i1.503>
- Sarlis, N. P. (2020). Faktor penyebab terjadinya bendungan ASI pada ibu postpartum. *Jurnal Endurance*, 5(1), 21. <https://doi.org/10.22216/jen.v5i1.4255>
- Sophia Immanuela Victoria, S. I. V., & Juli Selvi Yanti, J. S. Y. (2021). Asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan pelaksanaan senam nifas. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 1(1), 45–55. <https://doi.org/10.25311/jkt/vol1.iss1.313>
- Sukma, F., & Revinel, R. (2020). Masalah menyusui sebagai determinan terjadinya risiko depresi postpartum pada ibu nifas normal. *Jurnal Bidan Cerdas*, 2(3), 121–131. <https://doi.org/10.33860/jbc.v2i3.69>
- Sumaifa, & Risnawati. (2023). Analisis pengetahuan ibu nifas tentang posisi menyusui yang benar. *Jurnal Mahasiswa Ilmu Farmasi dan Kesehatan*, 1(3), 241–248. <https://doi.org/10.59841/jumkes.v1i3.188>
- Yuliana, W., & Nul Hakim, B. (2020). *Emodemo dalam asuhan kebidanan masa nifas*. Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=PZgMEAAAQBAJ&pg=PA1>
- Yulianto, A., Safitri, N. S., Septiasari, Y., & Sari, S. A. (2022). Frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi air susu ibu. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 7(2), 68. <https://doi.org/10.52822/jwk.v7i2.416>